

**KEADAAN PENGETAHUAN GIZI DAN POLA KONSUMSI
SISWA PROGRAM KEAHLIAN KOMPETENSI JASA BOGA
DI SMK N 2 GODEAN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Disusun Oleh
NURJANAH
NIM 09511242003

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN TEKNIK BOGA
JURUSAN PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA
FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

2012

PERSETUJUAN

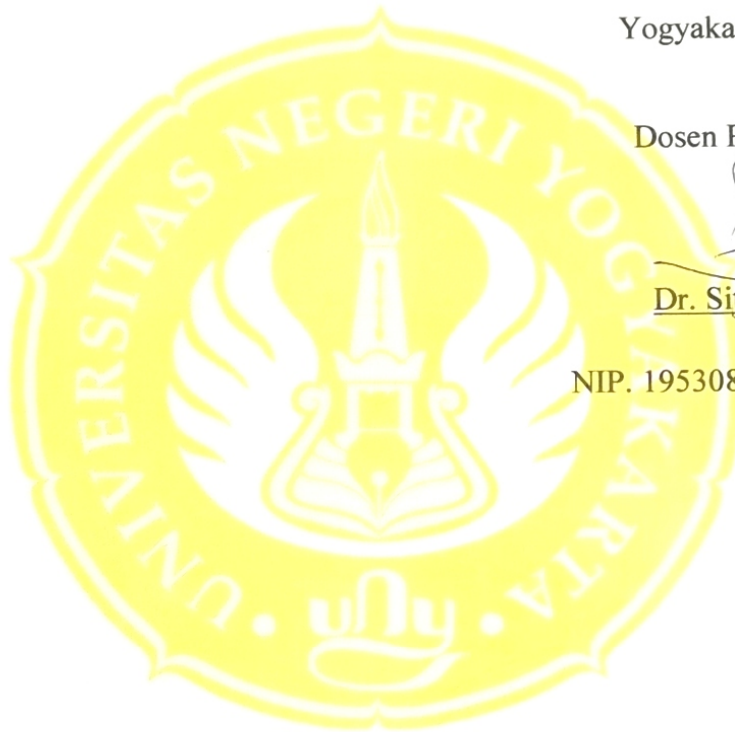
Tugas akhir skripsi yang berjudul **“Keadaan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi Siswa Program Keahlian Kompetensi Jasa Boga”** ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Juni 2012

Dosen Pembimbing


Dr. Siti Hamidah

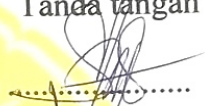


NIP. 19530820 197903 2 001



HALAMAN PENGESAHAN

Tugas akhir skripsi dengan judul “Keadaan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi Siswa Program Keahlian Kompetensi Jasa Boga”, telah dipertahankan di depan dewan penguji tugas akhir skripsi Jurusan Pendidikan Teknik Boga dan Busana, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Yogyakarta pada tanggal April 2012 dan dinyatakan telah **Memenuhi Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**.

DEWAN PENGUJI

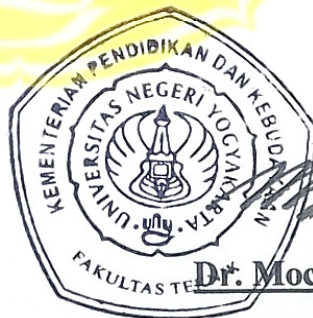
		Tanda tangan	Tanggal
Ketua Penguji	: Dr. Siti Hamidah		25 Juni 2012
Penguji Utama	: Dr. Mutiara Nugraheni		25 Juni 2012
Sekretaris	: Titin Hera Widi H, M.Pd		25 Juni 2012

Yogyakarta, Juni 2012

Fakultas Teknik

Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan




Dr. Moch. Bruri Triyono

NIP. 19560216 198603 1 003 ✓

PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Nurjanah
NIM : 09511242003
Jurusan : Pendidikan Teknik Boga
Fakultas : Teknik
Judul Skripsi :

“Keadaan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi Siswa Program Keahlian Kompetensi Jasa Boga”

Menyatakan bahwa laporan tugas akhir skripsi ini hasil pekerjaan saya sendiri tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis oleh orang lain atau telah digunakan sebagai persyaratan bagi penyelesaian studi pada perguruan tinggi lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang saya ambil sebagai acuan. Apabila pernyataan ini tidak benar, sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya.

Yogyakarta, Juni 2012

Yang menyatakan,



Nurjanah

NIM. 09511242003

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Sesungguhnya sesuatu kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan) kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmu hendaknya engkau berharap”

-QS Al-Insyiraah 6:8-

”Hidup tanpa usaha dan Do’a adalah mimpi, sehingga apa yang ingin kita dapatkan harus dengan usaha dan doa kepada sang pencipta”

-Penulis-

Alhamdulillah, sepenggal asa telah kuraih, Puasnya hati setelah selesainya usaha yang diperjuangkan selama ini. Setetes kebahagiaan kupersembahkan karya sederhana dengan perjuangan besar ini untuk :

- 1. Ayahanda dan ibunda tercinta, kasih sayang pengorbanan dan perhatian yang selama ini saya rasakan sehingga menjadikan saya lebih baik.*
- 2. Almamaterku Universitas Negeri Yogyakarta.*
- 3. Kakak ku, dwi terimakasih atas segala bantuan kalian*
- 4. Mas duli, terima kasih untuk semua pengorbananmu”*
- 5. Seluruh teman-teman PKS 2009 terimakasih atas dukungan dan kebersamaannya selami ini.*

Keadaan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi Siswa Program Keahlian Kompetensi Jasa Boga

**Oleh :
Nurjanah
(09511242003)
ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk: 1) Mengetahui pengetahuan gizi pada siswa program keahlian kompetensi Jasa Boga di SMK N 2 Godean; 2) Mengatahui pola konsumsi siswa program keahlian kompetensi Jasa Boga di SMK N 2 Godean .

Penelitian dilakukan pada bulan Maret 2011 sampai dengan April 2012. Tempat penelitian di SMK N 2 Godean. Jenis penelitian ini adalah *ex post facto* dengan populasi 102 dan mengambil sampel penelitian sebanyak 78 subjek dengan menggunakan teknik *purposive random sampling*. Instrumen yang digunakan untuk pengetahuan gizi dan pola konsumsi menggunakan angket. Uji validitas instrumen yang digunakan adalah validitas kontrak (*construct validity*), dengan uji validitas oleh para ahli (*expert judgment*) dan uji reliabilitas dengan rumus Alpha Cronbach dengan bantuan *SPSS 16.0 For Windows* . Uji coba instrumen dilakukan terhadap 24 siswa yang tidak menjadi responden penelitian. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif, penentuan mean, median, modus dengan bantuan *SPSS 16.0 For Windows*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) Pengetahuan gizi siswa program keahlian kompetensi Jasa Boga dalam kategori tinggi (56,42%), konsep remaja dalam kategori sangat tinggi (39,74%), konsep gizi remaja dalam kategori cukup (39,74%), kebutuhan gizi dalam kategori tinggi (44,87%), menu, ragam dan hidangan dalam kategori sangat tinggi (52,56%) ; 2) Pola konsumsi pangan makanan pokok adalah nasi putih dikonsumsi lebih dari satu kali sehari, pengganti nasi adalah roti dikonsumsi kurang dari tiga kali perminggu, lauk hewani adalah telur dikonsumsi kurang dari tiga kali perminggu, lauk nabati adalah tempe dikonsumsi lebih dari satu kali sehari, sayuran adalah wortel dikonsumsi tiga kali perminggu, buah-buahan adalah jeruk dikonsumsi tiga kali perminggu, cemilan kering adalah cemilan berbahan terigu dikonsumsi kurang dari tiga kali perminggu, cemilan basah adalah gorengan dikonsumsi satu kali perhari, minuman adalah teh manis dikonsumsi satu kali sehari, susu adalah susu kental manis dikonsumsi kurang dari satu kali perminggu, *junk food* adalah *fried chicken* dikonsumsi kurang dari satu kali perminggu.

Kata kunci : pengetahuan gizi, pola konsumsi dan frekuensi penggunaan bahan makanan, siswa Jasa Boga

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum wr wb

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penyusun sehingga bisa menyelesaikan tugas akhir skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Kedisiplinan Kerja dalam Praktik terhadap Sikap Professional Siswa Program Keahlian Jasa Boga di SMK N 1 Sewon” dengan baik.

Selama menyelesaikan laporan ini banyak pihak yang telah membantu sehingga dapat terselesaikannya laporan ini. Pada kesempatan ini perkenankanlah penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Moch. Bruri Triyono, selaku Dekan Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Noor Fitrihana, M.Eng, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Teknik Boga dan Busana, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Yogyakarta.
3. Sutriyati Purwanti, M.Si, selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Teknik Boga Universitas Negeri Yogyakarta.
4. Prihastuti Ekawatiningsih, M.Pd selaku Penasehat Akademik mahasiswa Pendidikan Teknik Boga 2007.
5. Dr. Siti Hamidah, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan dan arahan yang bermanfaat bagi saya.
6. Seluruh staf pengajar dan karyawan jurusan Pendidikan Teknik Boga dan Busana yang telah membantu dengan memberikan pelayanan yang sebaik-sebaiknya.

7. Bapak, Ibu, serta teman-teman yang telah memberikan doa, motivasi dan dukungannya.

Penyusun sadar bahwa laporan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penyusun sangat membutuhkan kritik dan saran demi perbaikan laporan skripsi ini semoga laporan ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Yogyakarta, Juni 2012

Penyusun

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR SKRIPSI	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II. KAJIAN TEORI.....	8
A. Pengetahuan gizi	9
B. Pola konsumsi pangan.....	22
C. Penelitian yang relevan	32
D. Kerangka berfikir.....	33
E. Pertanyaan Penelitian.....	35
BAB III. METODE PENELITIAN.....	37
A. Desain Penelitian.....	37
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	37
C. Definisi Operasioanal.....	38
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	38

E. Teknik pengumpulan data.....	40
F. Instrument penelitian.....	42
G. Uji Coba Instrumen.....	45
H. Teknik Analisis Data.....	48
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Deskripsi Data Penelitian	51
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	68
BAB V. SIMPULAN DAN SARAN.....	74
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Tumpeng gizi seimbang	31
Gambar 2 Diagram kerangka berfikir.....	35

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Kecukupan gizi rata-rata bagi remaja	21
Tabel 2 Jumlah porsi makanan yang dianjurkan	31
Tabel 3 Jadwal kegiatan penelitian	37
Tabel 4 Jumlah responden setiap kelas	39
Tabel 5 Jumlah sampel setiap kelas	40
Tabel 6 Kisi-kisi instrument penelitian	43
Tabel 7 Kategori frekuensi penggunaan bahan makanan	44
Tabel 8 Pedoman memberikan interpretasi terhadap koefisien korelasi.....	47
Tabel 9 Distribusi frekuensi variabel pengetahuan gizi	52
Tabel 10 Identifikasi kategori kecenderungan variabel Pengetahuan gizi.....	53
Tabel 11 Identifikasi kategori kecenderungan indikator konsep remaja.....	53
Tabel 12 Identifikasi indikator kecenderungan konsep gizi remaja	54
Tabel 13 Identifikasi kategori kecenderungan indikator kebutuhan gizi	55
Tabel 14 Identifikasi kategori kecenderungan indikator menu, ragam dan hidangan.....	56
Tabel 15 Frekuensi Makanan pokok	56
Tabel 16 Frekuensi Pengganti nasi.....	57
Tabel 17 Frekuensi Lauk hewani	58
Tabel 18 Frekuensi Lauk nabati	60
Tabel 19 Frekuensi Sayuran	60
Tabel 20 Frekuensi Buah-buahan	62
Tabel 21 Frekuensi Cemilan kering	63
Tabel 22 Frekuensi Cemilan basah	64
Tabel 23 Frekuensi Minuman.....	65
Tabel 24 Frekuensi Susu.....	66
Tabel 25 Frekuensi <i>Junk food</i>	67
Tabel 26 Pola konsumsi bahan pangan	74

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen Penelitian

Lampiran 2. Hasil Validasi *Judgment*

Lampiran 3. Hasil Uji Coba Instrumen

Lampiran 4. Data Mentah pengetahuan gizi dan frekuensi bahan makanan

Lampiran 5. Analisis Deskriptif

Lampiran 6. Surat Izin Penelitian